

# 《武当赵堡太极拳大全》

## 图书基本信息

书名：《武当赵堡太极拳大全》

13位ISBN编号：9787506236102

10位ISBN编号：7506236109

出版时间：1999-1

出版社：

作者：原宝山

页数：439

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《武当赵堡太极拳大全》

## 内容概要

该书是一本难得的理论与实践相结合的太极拳好书,更是一本世所脍炙人口的完整太极拳理论志著总汇.由此,将古老而又真正的赵堡太极拳的光辉形象,推向了人类的历史舞台,带来了一场雄伟壮丽的太极拳革命!

“大江东去,浪淘尽千古风流人物”。在新版问世之际,感谢世界图书版公司焦毓本编辑的各项热情支持,海南省好友李师融和青岛弟子刘汉,也为写作本书作了很多的贡献,一并致谢!新伊始,春风袭人,愿与务界读者共勉;为国化民族的“飞龙在天”而备斗!

# 《武当赵堡太极拳大全》

## 作者简介

原宝山先生，系武当赵堡太极拳第十一代传人。1929年3月出生于河南温县赵堡镇。其祖上原复孔是赵堡太极拳第六代宗师。他幼时习祖传太极拳，后在西安拜赵堡第十代宗师郑悟清先生为师，熔研易经，拳论，拳史，悉得太极真谛。

原宝山先生，在他近六十年的拳艺实践中，曾在多家杂志发表《蒋发生卒考》、《陈鑫考》、《舍已从人在技击中运用》等论文三十余篇。著有《武当赵堡太极拳》、《武当赵堡太极拳推手、散打》录像带及《武当—赵堡太极拳大全》等书。他的史迹已被载入《中国专家人名辞典》、《二十一世纪人才库》等多家典库。《精武》杂志于2000年于5月为他出了《武当赵堡太极拳》专辑，中央电视台闻鸡起舞栏目精选制作播放了他主讲演示的《武当赵堡太极拳》、《武当赵堡太极拳推手》教学VCD光盘。

原宝山先生，史年已古稀，但精神振奋，继而耕耘播雨，著书立说，为澄清太极拳源流，为弘扬武当太极拳，为振兴中华武术，为促进全民健身运动，为造福全人类，把奇闻传播全球，贡献所学。

## 书籍目录

### 上篇 太极典范

#### 一、明朝太极拳经典拳谱

- (一) 武当山张三丰祖师拳诀、拳论
- (二) 山西王宗岳宗师拳论
- (三) 河南温县赵堡镇压第一代宗师蒋发拳论

#### 二、清朝赵堡太极拳历代宗师传人之拳谱

- (一) 太极拳道 赵堡第二代宗师 邢喜怀著
- (二) 太极拳说 邢喜怀著
- (三) 太极秘传 第三代宗师张楚臣著
- (四) 太丹功义论 第四代传人王柏青著
- (五) 太极丹功要术 王柏青著
- (六) 太极拳的体用 第六代宗师张彦著
- (七) 太极拳论解 第七代宗师陈清平著
- (八) 耍拳论 第八代宗师和兆元著
- (九) 太极拳太极拳练功 第八代传人任长青著
- (十) 高手武技论 第九代传人和敬芝著

#### 三、二十世纪赵堡太极拳论

- (一) 太极拳启蒙序 第九代传人杜元化著
- (二) 太极拳启蒙规则 杜元老派化著
- (三) 习拳歌 第九代[赤呈和庆喜著
- (四) 耍拳解 和庆喜著
- (五) 太极拳体用法 第十代宗师郑司怀著
- (六) 谈太极拳技艺 郑悟清著
- (七) 太极拳之法浅说 第十一代传人郑均著
- (八) 太拳法说浅说, 第十一代传人郑均著
- (九) 推手五辽秘诀 第十一代传人刘瑞著
- (十) 太极拳法总论 第十二代传人郑深著

#### 四、赵堡太极拳历代宗师递拳论歌诀

#### 五、亳州老君碑文

### 第二章 武当赵堡太极拳推手、散打

#### 一、推手、散打

#### 二、太极拳推手的礼貌道德

#### 三、太极拳推手的技术方法

- (一) 搭手的技术要求
- (二) 看门的技术手法
- (三) 无所畏惧而意要胜人

#### 四、太极拳推手图解

#### 五、太极拳散技击中实用示范

#### 六、太极拳散打示范

#### 七、推拿

### 第三章 赵堡太极拳点穴与伤科治疗

#### 一、穴位与效果

#### 二、解穴的穴位

#### 三、伤科治疗药物秘方

#### 四、伤科治疗手法

### 第四章 武当赵堡太极拳技术基础

#### 一、手型

# 《武当赵堡太极拳大全》

- 二、手法
- 三、眼法
- 四、身法
- 五、步法
  - (1) 步型
  - (2) 步法

# 《武当赵堡太极拳大全》

## 精彩短评

- 1、对了解赵堡太极拳很有帮助，值得购买
- 2、书皮有些旧,不知原因
- 3、还不知道对不对
- 4、和第一版差不多
- 5、内容较多，必须在有很好的基本功后再看，否则会难以深入反受其扰
- 6、赵堡太极拳经典拳谱 内容全。
- 7、在方向方面有错误的地方，有时候左右整反了，而且只看配图无法自学，必须得结合视频，及别的书才有可能自学。
- 8、非常非常喜欢，找了很久，终于在当当找到。作者本人也是一代太极拳宗师。
- 9、翻了一下，没仔细看，没有想象的好，理论多。

# 《武当赵堡太极拳大全》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)